

dikatakan bahwa metode ini memiliki kelemahan berkaitan dengan generalisasi hasil penelitian. Hasil penelitian dengan menggunakan metode ini, kurang dapat diterapkan (digeneralisasikan) pada subjek di luar penelitian. Oleh karena itu, diharapkan peneliti lain lebih cermat dan berhati-hati dalam menggeneralisasikan hasil penelitian.

Lebih lanjut, bagi peneliti lain yang akan mengambil topik serupa, hendaknya memperhatikan pemilihan tempat dan waktu untuk terapi meditasi karena meditasi adalah suatu proses yang dilakukan secara sadar dengan cara memusatkan perhatian. Sebetulnya, meditasi, menurut Suryani (2000, h. 56), dapat dilakukan dimana saja dan kapan saja bila diperlukan namun sebaiknya meditasi dilakukan sehari dua kali yaitu pagi hari ketika baru bangun dan sore hari sehabis mandi atau sebelum tidur. Agar lebih optimal, waktu penelitian hendaknya disesuaikan dengan anjuran Luh Ketut Suryani yaitu pada pagi hari setelah bangun tidur dan sore hari setelah mandi.

DAFTAR PUSTAKA :

- Achmadi A. & Narbuko C, 2002. *Metodologi Penelitian*. Jakarta: Bumi Aksara
- Alwasilah. 2003. *Dasar-dasar Mengorganisasi dan Melakukan Penelitian Kualitatif*. Jakarta: Dunca Pustaka Jaya
- American Psychiatric Association. 1994. *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*. Fourth Edition. Washington DC : American Psychiatric Association.
- Anggoman Y. & Wirawan HE., 2002. Dampak Psikologis Kekerasan Fisik di Dalam Rumah Tangga. *Jurnal Ilmiah Psikologi ARKHE Th. VII/ No. 2/ 2002*
- Arivia. 2002. *Jurnal Perempuan*. Jakarta: Yayasan Jurnal Perempuan
- Atkinson, R.L. 2003. *Pengantar Psikologi*. Edisi Kesebelas. Batam : Interaksara
- Blazer, D.G. 1982. *Depression of Late Life*. Toronto : The CV Mosby Company
- Burns, D.D, 1988. *Terapi Kognitif*. Jakarta : Erlangga
- Carlson, K.J; Eizenstat, S.A & Ziporyn. 1997. *The Women Concise Guide to Emotional Well Being*. London : Harvard University Press.
- Chusairi, A 2000. Hubungan Antara Sikap Gender Patriarkis suami Dengan Perilaku Kekerasan Suami Terhadap Istri di Masyarakat Perkotaan Yogyakarta. *INSAN Vol. 2, No. 1, November 2000*



- Corey, G.,2003. *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*. Bandung : PT Refika Aditama
- DeClerq, L. 1994. *Tingkah Laku Abnormal dari Sudut Pandang Perkembangan Abnormal*. Jakarta : PT. Grasindo
- Diponegoro, AM. Integrasi yang Semakin Dekat antara Barat dan Islam : Riset Mutakhir Psikofisiologi. *Jurnal Psikologi Program Studi Psikologi Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta Vol. 1, no. 1, Juni 2008*
- Fausiah, F.& Widury, J. 2006. *Psikologi Abnormal Klinis Dewasa*. Jakarta : Universitas Indonesia
- Ferdiyansyah. 2008. *Psikoterapi Transpersonal*. www.ferdiyansyah.blogspot.com (25 April 2009)
- Greist, J.H & Jefferson, J.W. 1987. *Depresi dan Penyembuhannya*. Jakarta : PT. BPK Gunung Mulia
- Gunarsa, S.D. 1992. *Konseling dan Psikoterapi*. Jakarta : PT BPK Gunung Mulia
- Hawari, D. 2001. *Manajemen Stres Cemas dan Depresi*. Jakarta : Gaya Baru
- Hedberg, J., Oman, D. & Thoresen, C.E., 2006. Passage Meditation Reduces Perceived Stress in Health Professionals : A Randomized, Controlled Trial. *Journal of Consulting and Clinical Psychology. Vol.. 74. No. 4. 714-719*
- Hidayat, R.S & Poerwandari, E.K. 2000. *Perempuan Indonesia Dalam Masyarakat yang tengah Berubah*. Jakarta : Program Studi Pasca Sarjana Universitas Indonesia
- Holahan, C.J., Holahan, C.K, Moos, R.H, Schutte, K.K. 2005. Stress Generation, Avoidance Coping, and Depressive Symtoms: A 10-Year Model. *Journal of Consulting and Clinical Psychology. Vol. 73. No.4. 658-666*
- Horvitz, L.A. 2002. *Understanding Depression*. New York : John Wiley & Sons
- Khairuddin, N.M. 1998. *Pelecehan Seksual terhadap Isteri*. Yogyakarta :Pusat Penelitian Kependudukan Universitas Gadjah Mada
- Kolibonso, R.S, 2002. Kejahatan Itu Bernama Kekerasan dalam Rumah Tangga *Jurnal Perempuan 26 (hal. 7- 21)*

- Kristyanti, JR. 2003. Mencari Makna Dalam Penderitaan. *Jurnal Ilmiah Psikologi "Arkhe" Th. 8/ No. 2/ 2003*
- , 2004. Memahami Dinamika Kekerasan Pada Perempuan Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga. *Jurnal Psikologi. Vol. 13, No. 1. Maret 2004*
- Latipun. 2006. *Psikologi Eksperimen*. Edisi Kedua. Malang: UMM Press
- Legal Resource Centre Keadilan Jender Hak Asasi Manusia. 2006. *Data Kekerasan tahun 2006*. Semarang : Dokumen LRCKJHAM
- Lindsay, S.J.E & Powell, G.E.1994. The *Hand Book of Clinical Adult Psychology Second edition*. London : Routledge
- Lukitaningsih, D.Y. 2006. Efektivitas Terapi Rational Emotif untuk Mengurangi Depresi pada Mantan Penyalahguna Narkoba. *Tesis*. Semarang : Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata
- Maslim, R. 2001. *Buku Saku Diagnosis Gangguan Jiwa*. Jakarta : PT Nuh Jaya
- Meiyenti, S. 1999. *Kekerasan terhadap Perempuan dalam Rumah Tangga*. Yogyakarta : Pusat Penelitian Kependudukan Universitas Gadjah Mada
- Nevid, JS., Greene, B. & Rathus, SA. 2005. *Psikologi Abnormal*. Jakarta : Erlangga
- Pasiak, T. 2003. *Revolusi IQ/ EQ/SQ Antara Neurosains dan Al-Quran*. Bandung : PT Mizan Pustaka
- Prabowo, H. Mengembangkan Model Psikoterapi Transpersonal. *Jurnal PESAT Universitas Gunadarma Vol. 2 Agustus 2007*
- Ramakrisna, S. 2005. *Langkah Sederhana dan Aman Memahami Meditasi Alam*. Jakarta : Prestasi Pustaka Publisher
- Rayburn, N.R & Wenzel, S.L. 2005. Trauma, Depression, Coping, and Mental Health Service Seeking Among Improverished Women. *Journal of Consulting and Clinical Psychology. Vol. 73.No.4.667-677*
- Retnowati, S. & Sulastri, E. 2003. Studi Eksploratif Tentang Kekerasan Terhadap Perempuan. *PSIKOLOGIKA nomor 16 Tahun VIII Juli 2003*
- Satiadarma, M.P. & Sumita, W. Manfaat Breathing Mindfulness Meditation Bagi Kesehatan Mental Individu. *Arkhe Th. 11/No. 1/ 2006 (h. 1-14)*
- Seniati, L., Setiadi, B.N, Yulianto, A. 2008. *Psikologi Eksperimen*. Jakarta : PT. Indeks

- Sentanu, E. 2007. ***Quantum Ikhlas***. Jakarta : PT Gramedia
- Shafi'I, M. 2007. ***Meditasi Penyembuhan***. Bandung : Pustaka Hidayah
- Sukmono, R.J. 2008. ***Psikologi Zikir***. Jakarta : PT. Raja Grafindo Persada
- Suryani, L.K. 2000. ***Menemukan Jati Diri dengan Meditasi***. Jakarta : PT. Elex Media Komputindo
- , 2004. ***Atasi Masalah Anda dengan Kemampuan Spiritual***. Jakarta: PT. Intisari
- , 2006. ***Meditasi Lilin***. Jakarta : Yayasan Obor Indonesia
- Triningtyasasih, 1997. ***Kekerasan Dalam Rumah Tangga***. Yogyakarta : Kurnia Kalam Semesta
- Wahyuni, T. 2006. ***Perempuan Lebih Rentan***. www.suarakarya-online.com (22 maret 2009)
- Wattie, A.M & Yuari, S.E. 2002. ***Penanganan Kasus Kekerasan terhadap Perempuan di Ruang Publik***. Yogyakarta : Pusat Studi Kependudukan dan Kebijakan Universitas Gadjah Mada
- Yahnya, L.R.S. 2001. ***Kumpulan Artikel Psikologi 1 : Meditasi***. Cetakan pertama. Jakarta : PT. Intisari Mediatama. Penerbit : PT. Gramedia
- Yudana, I.G.A. 1999. ***Kendalikan Stres dengan Meditasi***. www.indomedia.com.
<http://www.indomedia.com/intisari/1999/maret/stres.htm> (2 Maret 2008)

